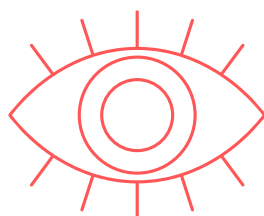




*l'aventure parentale de*

VOIR GRANDIR SON ENFANT  
DIT EN SITUATION DE  
HANDICAP



# LE PARCOURS, L'AVENTURE



Accompagner son enfant est un parcours constitué de beaucoup d'aventures. Certaines difficiles et d'autres intensément agréables et reboostantes.

# LE RAPPORT À L'INCONNU



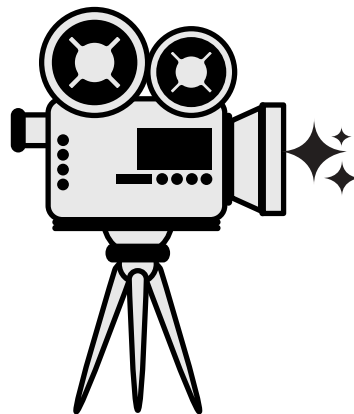
De manière générale, le rapport à l'inconnu peut être déstabilisant voire anxiogène. Dans cette situation, certaines certitudes socialement acquises comme la scolarité de l'enfant, son intégration sociale ou l'accès à une pédagogie adaptée sont en permanence remises en cause. Jongler avec l'inconnu devient habituel.

# LA COMPOSITION AVEC "LES AUTRES"



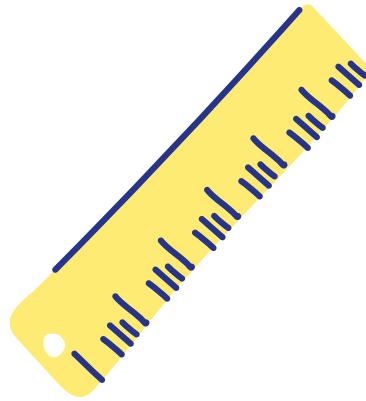
Lorsque l'on parle des difficultés rencontrées par les parents d'enfants en situation de handicap, les regards se tournent principalement vers ce qu'est l'enfant. Ils ne se tournent pas assez sur les mots et comportements qui gravitent autour d'eux/elles et qui peuvent être à l'origine des difficultés. Les représentations sociales liées aux situations de handicap pèsent encore sur le quotidien des parents concernés.

# LA NÉGOCIATION AVEC SES PROJECTIONS



Être en difficulté pour accepter les particularités de son enfant peut arriver. L'enfant n'en est pas responsable. Le parent non plus. Les projections que fait naturellement le parent au sujet de son futur enfant viennent se coller à une réalité différente. Cette phase de négociation existe et la temporalité est propre à chacun.e.

# L'AMBITION RAISONNABLE



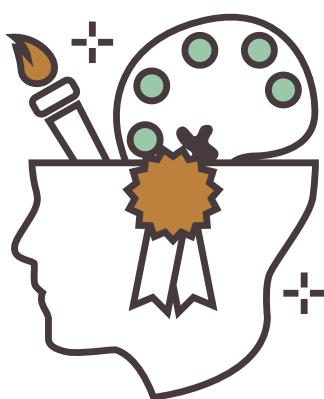
Y croire, motiver son enfant, exploiter son potentiel, respecter son rythme, avoir des exigences adaptées, accepter ses refus... Cet exercice peut être challengeant mais aussi fatiguant et culpabilisant. Par ailleurs, l'état de l'inclusion scolaire (trop axé encore sur la performance) peut amener les parents à développer une anxiété liée aux performances de leur enfant.

# L'ACCEPTATION

okay

L'acceptation ne veut pas dire résignation. L'acceptation permet de laisser venir les choses comme elles sont, l'enfant comme il se présente et jauger progressivement les éléments sur lesquels nous avons un pouvoir d'action concret. L'acceptation n'est pas chose facile. Nos représentations liées aux situations de handicap et nos projections parentales sont absolument liées à ce que nous aurions ou non à "accepter". Le mot "acceptation" devient alors une rengaine.

# LA CRÉATIVITÉ



Motiver son enfant pour tenir des couverts, dévisser un bouchon, souffler ou utiliser des pictogrammes, peut être un réel challenge pour les parents concernés. Mis.e.s à l'épreuve chaque jour pour trouver des solutions innovantes (parfois seul.e.s), ils/elles peuvent devenir des As de la créativité parentale. Cette réflexion permanente peut aussi engendrer de la fatigue.

# L'ADAPTABILITÉ



Une société non conçue pour vous et votre famille est une sollicitation permanente de vos compétences adaptatives, s'ajoutant à l'adaptation déjà requise dans la vie quotidienne, de manière générale. Cette adaptation demande de l'énergie.

ET SOI, DANS TOUT ÇA

take care  
of your mind

Toutes les thématiques citées précédemment sont autant d'éléments qui peuvent mettre en péril la santé mentale et maximiser les risques de la négliger. Pourtant, la vie des parents d'enfants en situation de handicap est aussi importante que celles des autres. La question de leur santé mentale est aussi une question de santé publique.